

Woordzoeker

Het thema voor deze puzzel is: **Rotterdamse uitjes met de RotterdamPas**. Uit alle goede inzendingen worden drie winnaars getrokken: driemaal een ca-deaubon, binnen 2 maanden na het verschijnen van de ZevenKrant kunnen de prijzen bij Easy Shopping Ambachtsplein of bij aanwezigheid WIP Spinet 19

afhalen tegen vertoon van deze ZevenKrant en ID. De namen worden in ZevenKrant nummer 5 van 2016 bekendgemaakt. De oplossing van ZevenKrant 3 van 2016 is: **Met Rotterdampas lekker voordelig de vakantie door**. De winnaars zijn: Chanou Brochard, Erling Brans.

7Blad
Ambachten
Ambachtsplein
Appelfestival
Bewonersorganisatie
Bonbons
Bootcamp
Braziliaans
CentraalWonen
Demonstraties
Diner
Festival
Hoofddoekjes
Kampvuur
Kookworkshop
Kunstmarkt
Lounge
Lunch
Modelbotenshow
Multicultureel
Noordelijkwijkpark
Orionmarkt
PrinsAlexander
Russisch
Salsadansen
Schminken
Spelen
Sporten
Surinaams
Takatukaland

NETROPSDALBNEVEZSK
HETSMANIRUS7SDECR
BLLAVITSEFLEPPAVHE
AKD - DFESITKRNELEMW
MULTICULTUREELBNIR
SNADNEGNAZADNE7KNU
RSMIEGVASLPNENIRKU
ETBSRNICINKAKHSAEV
IMAETUHENDJXENENNP
LACNPOONANIETVITIM
ERHEOLOTGAWLOETKEA
KKTPHOFRLKANRARLK
NTEPSRDAOAJSEERAPN
IKNOKUDASKINSNTMSE
WRPFRSOLRULINISLTV
RAMEOSEWETERAGNEHE
DMALWIKONADPDIOSCZ
ENCLKSJNOKRLANMDAH
IOTOOCCEEWAOJSGEEBC
KIOWOHSNETOBLEDOMN
WROIKBONBONSANJVAU

Tekenen	Wollefoppen
Verenigingen	Zangendans
Voedselmarkt	Zevenblad
Vuurwerk	Zevenkamp
Winkeliers	ZevenKrant

Uw oplossing vóór 1 oktober 2016 inleveren bij de BOZ/WIP, Spinet 19, 3068 LX Rotterdam, Kooikerweg 10 of stichtingboz@outlook.com

De Blijde Rijders

Wie en Wat zijn Wij Even Voorstellen. Wij zijn een vereniging die onder de naam, Scootmobielclub De Blijde Rijders 7Kamp Rotterdam, staat ingeschreven bij de kamer van koophandel te Rotterdam.



Deze vereniging is volgens de statuten opgericht een (1) januari tweeduizend zestien (2016) en heeft ok doelstelling om mensen met een fysieke en/of lichamelijke beperking achter de "geraniums" weg te krijgen. Wat doen wij als vereniging zoal voor onze leden. Onder leiding van onze coördinator activiteiten (Dick), wordt er jaarlijks met inspraak van de leden, een programma op gesteld. De activiteiten zijn voornamelijk ritten maken met de scootmobiel en een scootmobiel vierdaagse, bezoek aan musea, tuincentra en pretparken. Verder worden er klaverjas, bingo en spelletjes middagen gehouden. Een keer per maand wordt er, met een eigen bedrage,

gegeten. Ook wordt er een kerst/ paasdiner georganiseerd, oudejaarsborrel en Nieuwjaarsreceptie gehouden. Om dit te kunnen bekostigen wordt er vijf (5) euro per maand contributie betaald door de leden. Een- à tweemaal per maand wordt er een rommelmarkt gehouden, verder bestaan de inkomsten uit subsidie en adverteerders in onze nieuwsbrief. Heb je interesse om ook lid van onze vereniging te worden (je hoeft niet persé in een scootmobiel te zitten) neem dan contact op met Dick Langeveld, Kooikerweg 125 Rotterdam, ☎ 06 - 14833068. Neem ook eens een kijkje op onze website: www.blijderijders-7kamp.nl.



Handige adressen om te weten

Algemeen Alarmnummer

Politie/Brandweer/Ambulance
Alleen voor spoedeisende hulp en levensbedreigende situaties.
☎ 112

Politiebureau Zevenkamp

Zevenkampse Ring 340
3068 HG Rotterdam
☎ 0900 - 8844

Bewonersorganisatie Zevenkamp (BOZ)

Kooikerweg 10
3069 WP Rotterdam
☎ 06 - 51472302
stichtingboz@outlook.com

Wijk Informatie Punt (BOZ)

Spinet 19
3068 LX Rotterdam
☎ 06 - 51472302

Meldpunt Bewonersactiviteiten

Ed de Meijer ☎ 06 - 37286519 of
☎ 06-45724536

Buurtbemiddeling Prins Alexander

Bramantestraat 34
3066 BN Rotterdam
☎ 010 - 4560409

Email: prinsalexander@buurtbemiddeling.org

Leger des Heils Welzijn- en Gezondheidszorg

Maatschappelijk Centrum Rotterdam
Kooikerweg 28
3069 WP Rotterdam
☎ 010 - 2229888
Telefax : 010 - 2070500

Maatschappelijke Dienstverlening Rotterdam

Marten Meesweg 141
3068 AV Rotterdam
☎ 010 - 2868100
info@stichtingmda.nl

Stichting Buurtwerk Alexander

Ambachtsplein 141
☎ 010 - 4553799

Vraag-Wijzer

Prins Alexanderplein 21
☎ 14 010
info@vraagwijzeralexander.nl

Gebiedscommissie Prins Alexander

Prins Alexanderplein 6
3067 GC Rotterdam
☎ 010 - 14010

Roteb

Lucie Vuylstekeweg 5
3066 GT Rotterdam
Algemeen nummer ☎ 14010

Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SoZaWe)

Prins Alexanderplein 20
3067 GC Rotterdam
☎ 010 - 4984444 (Alg. info nr)
☎ 010 - 4984999 (Hoofdkantoor)

GGD gezondheidslijn

☎ 010 - 4339966
Spoedlijn:
☎ 010 - 2866099
www.ggd.rotterdam.nl

Dierenartsenpraktijk

D. Lammers
Lindenhof 2
3059 MJ Rotterdam
☎ 010 - 4213176
Zevenkampse Ring
Zevenkampse Ring 741
3069 MD Rotterdam
☎ 010 - 4557410

Gezondheidscentrum Zevenkamp

Aar 55
3068 GX Rotterdam
☎ 010 - 4551677

Gezondheidscentrum Charley Toorop

Charley Tooropsingel 48
3059 WG Rotterdam
www.gccharleytoorop.nl
☎ 010 - 2866090 (algemeen)

Huisartsen: ☎ 010-4555888

Dr. van Leeuwen
Dr. Verdonk
Dr. Van der Hoek
Dr. Sanderse
Dr. V. d. Voorde
☎ 010 - 2866093
Fysiotherapeuten
☎ 010 - 2866090

Wonen

Centraal Wonen Zevenkamp
Het leukste dorp van Rotterdam
p.a. August Vermeijlepad 75
www.cw7.nl - pr@cw7.nl

Huurtoeslag en Zorgtoeslag

Via de belastingtelefoon
Op werkdagen van 8.00 uur tot 17.00 uur.
☎ 0800 - 0543 (gratis)

Vestia Rotterdam Noord

Goudsesingel 66
3011 KD Rotterdam
☎ 088 - 1242424
www.vestia.nl

Vestia wijkkantoor Zevenkamp

Spinet 2
3068 LX Rotterdam
☎ 088 - 1242424
Dit kantoor houdt ook spreekuren

Bewonerscommissie Vestia Zevenkamp Secretariaat

Albert Roesselsingel 22
3069 MC Rotterdam
www.bc7kamp.nl

Woonstad Rotterdam

Prins Alexanderlaan 201
3065 RH Rotterdam
Van 8:30 uur tot 16:30 uur
☎ 010 - 4408800

Woonbron

☎ 010 - 2868866

Wooncompas

Ien Daleshof 83-84
3066 KJ Rotterdam
☎ 010 - 7410040



Zes zaterdagen zomerpret op Ambachtsplein

Het Ambachtsplein in Zevenkamp zag er zes zaterdagen op rij feestelijk uit met de zomerspelen die de Bewonersorganisatie Zevenkamp kon organiseren dankzij de subsidie van de Gebiedscommissie Prins Alexander.

De kinderen vergaapten zich aan de clowns, deden van hartelust mee aan de goocheltrucs, liedjes en ballonnenfiguren maken.

De rodeostier was eveneens een daverend succes, gezien de rijen wachtende kinderen. Sommige hadden toch wel enige moeite om op de stier te klimmen, maar eenmaal erop zie je hun gezichten spannen, soms lachen.

De krokodil werd niet ongemoeid gelaten en volop springen werd een feest. Hoelahoepend sprongen de kinderen in het zonnetje in het rond, waarbij de moeders zich niet altijd onbetuigd lieten. Simone knutselde er heel wat op los met de kinderen en dikke pret onder elkaar.

Ook voor de paardjes stonden de kinderen op de brug in de rij op hun beurt te wachten.

Een zeer geslaagde met mooi weer ommantelde zaterdagmiddag met ook nog eens de gezellige rommelkramen van onder andere de Scootmobielclub.

Met dank aan Joop en Peter voor hun alom tegenwoordige enthousiasme en begeleiding.

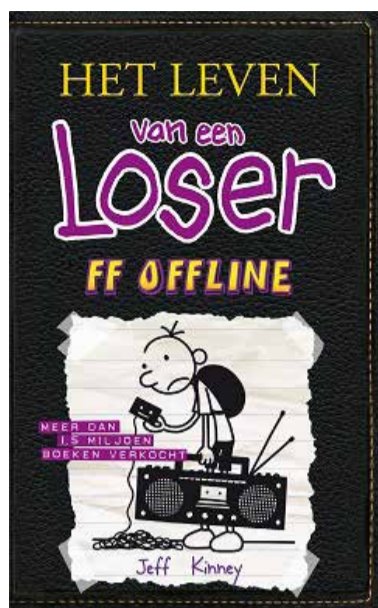
Bekijk alle foto's op www.zevenkamp.info



Lezen is leuk!

Het leven van een loser is niet makkelijk, zeker niet als hij 'ff offline' moet gaan. Dit gebeurt hem namelijk in deel 10 van de boekenserie 'het leven van een loser'.

De moeder van Bram voert actie om de elektriciteit in hun woonplaats een weekend te laten afsluiten. Ze wil graag terug naar de goeie ouwe tijd van vroeger zonder computer en internet. En ze krijgt dit nog voor elkaar ook. Een grote ramp voor Bram want hij wil niet terug naar de tijd van vroeger. Hij wil online zijn! Word jij ook nerveus zonder Wifi? Moet je er niet aandenken een dag offline te zijn? Lees dan 'Het leven van een loser ff offline'.



Dit boek online en met flinke korting kopen? Ga dan naar lezenisleuk.easysshopping.nl!

Makers & Doeners



Op 22 juli 2016 was er weer een knutselmiddag op winkelcentrum Zevenkamp. Deze keer stond de middag in het teken van het aankomende Rotterdamse Zomercarnaval namelijk maskers maken. Voor elk kind lag er een blanco masker klaar. Ook was de tafel bezaaid met glitters, verf, stickers en andere artikelen om je masker mee te versieren. Was het masker klaar dan werd deze voorzien van een elastiekje zodat je het masker om je hoofd kon doen. Wat hebben we een hoop mooie en vrolijke combinaties gezien. Op de hoogte blijven van de kinderactiviteiten op het winkelcentrum? Like dan de facebookpagina van winkelcentrum Zevenkamp.



Meer drinken

dierenkliniek
rotterdam

Meer drinken en meer plassen is een veel voorkomend probleem bij oudere dieren. Soms valt het nauwelijks op en soms ziet u uw hond of kat maar continu bij de drinkbak staan. Het kan een eerste teken zijn dat er iets aan de hand is met uw huisdier.

De klacht meer drinken en plassen kan bij meerdere aandoeningen voorkomen. Veel mensen kennen het als symptoom van nierproblemen of bij suikerziekte, maar het kan ook bij andere ziektes voorkomen. Daarom is het advies om altijd een afspraak bij uw dierenarts te maken als uw hond of kat meer drinkt dan u van hem of haar gewend bent. Omdat er zoveel verschillende oorzaken mogelijk zijn, is het niet altijd eenvoudig om de oorzaak te achterhalen. Om een compleet beeld te krijgen stellen wij de eigenaar eerst enige vragen en kijken we de patiënt goed na. Het helpt ons zeer als u als eigenaar meet hoe-

veel uw dier drinkt gedurende 24 uur. Ook is het belangrijk om de urine na te kijken. In de urine kunnen we met een apparaatje zien hoe goed de urine geconcentreerd is. Als de urine inderdaad slecht geconcentreerd is, dan is er verder onderzoek nodig, zoals een uitgebreid bloedonderzoek.

In het bloed testen we onder andere de nierwaardes, de leverwaardes, het suikergehalte en de calciumconcentratie om daarmee de meest voorkomende oorzaken van veel drinken uit te sluiten. Komt daar niets uit, dan zullen we verder moeten gaan kijken naar minder voorkomende oorzaken. Als uw hond of kat meer drinkt en meer plast, kan dat soms ook heel vervelend zijn doordat hij in huis plast. Ga dan niet de hoeveelheid water beperken zonder eerst langs de dierenarts te zijn geweest. Indien uw huisdier ziek is, dan kan hij zijn urine niet concentreren en zal hij ondanks minder water toch veel blijven plassen en dus uitdrogen. Dat kan erg gevaarlijk zijn.



Daarnaast is baarmoederontsteking ook een mogelijke oorzaak van meer drinken en dan is zelfs sprake van een spoedgeval!

Ook konijnen kunnen meer gaan drinken en plassen. Dat komt dan meestal omdat ze last hebben van de nieren. Soms is een heel vervelende parasiet, Encephalitozoön cuniculi, daarvan de oorzaak. Ook dan is het verstandig om langs uw dierenarts te gaan.

Karin Lunenburg
Dierenarts Dierenkliniek Rotterdam Zevenkamp

Easy eten

Oma's groentesoep Bereidingstijd circa 2,5 uur

Foto: ©Natascha van Wezel - www.figurines-littlepeople.nl



Een soepje op zijn tijd kan iedereen wel waarderen. Zeker nu de dagen straks weer korter gaan worden. Vaak denken mensen dat soep maken lastig is, maar het tegendeel is waar. Het maken van een soep is niet moeilijk, het kost alleen wat tijd. Hieronder vind je het recept van een heerlijke 'easy' groentesoep.

1. Doe het water in de soeppan en voeg de schenkel, het soepvlees en de bouillontabletten toe
2. Breng de soep tegen de kook aan en laat de soep twee uur lang op laag vuur trekken. Schep het schuim dat op het mengsel verschijnt regelmatig om met een spaan
3. Maak een schone theedoek nat. Wring hem goed uit en leg deze in een vergiet. Hang het vergiet in een pan en schenk de soep erdoor
4. Haal het gare vlees van de schenkel en voeg dit toe aan de gefilterde soep
5. Breng het gehakt op smaak met nootmuskaat, peper en zout
6. Draai balletjes van het gehakt
7. Voeg de balletjes gehakt en de soepgroenten toe aan de soep en houdt de soep nog 10 minuten tegen de kook aan

Mis je de boodschappen voor deze groentesoep nog? Bestel dit maaltijdpakket dan Easy online via www.winkelcentrumzevenkamp.nl.

Eet smakelijk

Ingrediënten (4 personen)

2 liter kraanwater
255 g runderschenkels
300 g mager soepvlees
3 rundvleesbouillontabletten
150 g gehakt half om half
1 mespunt Nootmuskaat
250 g soepgroente
3 bosuien

Vier het Leven

Afgelopen seizoen hebben wij onze deelnemers uitgenodigd voor meer dan 60 zeer gevarieerde voorstellingen en concerten. Samen met ons fijne team vrijwilligers hebben wij honderden aanmeldingen ontvangen en gerealiseerd voor deze activiteiten. Met op 24 april jongstleden onze Vier het Leven matinee 'De Radiodagen'. De ouderen hebben genoten! Ik wil iedereen dan ook graag bedanken voor alle steun en inzet waardoor Vier het Leven dit soort evenementen kan blijven organiseren.

„Ik vind het heerlijk dat ik weer de mogelijkheid heb om deel te nemen aan het uitgaansleven en samen met anderen van het theater te kunnen genieten. Mede door Vier het Leven heb ik na het overlijden van mijn echtgenoot weer iets om naar uit te kijken en naar toe te leven. De goedverzorgde uitgaansavonden hebben een geweldige ommekeer te weeggebracht in mijn leven”. Zo voelt zij zich sinds zij de eerste stap heeft gezet om mee te gaan met Vier het Leven minder buitengesloten en heeft zij weer iets om over mee te praten”

Nieuw seizoen

Ook voor het nieuwe seizoen hebben wij samen met de verschillende podia een prachtig programma samengesteld. In het kader vindt u de activiteiten die wij aan de ouderen in alle gebieden in Rotterdam Noord aanbieden van augustus tot en met eind november 2016. De

genoemde prijzen zijn arrangementsprijzen, bestaande uit kosten voor het toegangkaartje, consumpties, vervoer en besprekkosten.

Vergroting netwerk ouderen

Bij Vier het Leven vergroten vrijwilligers (veelal vitale ouderen) het netwerk van alleenstaande, minder mobiele ouderen in een kwetsbare situatie, door ze mee uit te nemen en te laten deelnemen aan sociaal culturele activiteiten. Stichting Vier het Leven zet zich met haar activiteiten in om die verbinding te herstellen of te behouden. De ouderen voelen zich weer verbonden met het leven, komen in contact met anderen, hebben iets om naar uit te kijken en van te genieten en hebben weer wat te vertellen. Door deelname aan genoemde sociaal-culturele activiteiten voelen de ouderen zich minder eenzaam, waardoor zij zich gezonder en gelukkiger voelen.

Opening van het Shantifestival - Muziek

Wereldhavendagen in een speciaal daarvoor geplaatste tent achter het Maritiem Museum. Vrijdag 2 september 2016 - 20.00 uur. 10,00 Euro.

Museum Rotterdam - Museum / Tentoonstelling

Onder leiding van een gids een bezoek brengt aan de 'Geschiedenis van Rotterdam' een overzicht van 500 tot nu. Donderdag 15 september 2016 - 11:00 uur. Museum Rotterdam - Rotterdam. 22,50 Euro.

Ariadne auf Naxos - Nederlandse Reisopera - Opera / Operette

Nederlandse Reisopera - Ariadne auf Naxos is één van de meest geliefde opera's van Richard Strauss. Zaterdag 17 september 2016 - 20.15 uur. Rotterdamse Schouwburg - Rotterdam. 52,00 Euro.

Typisch Rotterdams - Hans Somers - Muziek

Hans Somers gaat samen met zijn publiek, muzikaal op zoek naar het antwoord op de vraag "Wat is nou Typisch Rotterdams?" Zondag 18 september 2016 - 14.30 uur LCC Castagnet - Rotterdam. 14,50.

Shave, Rattle and Roll - Het Groot Niet Te Vermijden - Show

Vrijdag 23 september 2016 - 20.15 uur Isala Theater - Capelle aan den IJssel. 42,00 Euro.

Jazz Orchestra of the Concertgebouw & Ruben Hein - Klassiek

Het Jazz Orchestra of the Concertgebouw (JOC) wordt omschreven als de beste en meest swingende bigband van Nederland. Zaterdag 24 september 2016 - 20.15 uur De Doelen - Rotterdam. 37,00 Euro

Florence Foster Jenkins - Film

Het waargebeurde verhaal van de legendarische New Yorkse erfgename en socialite die er alles aan deed om haar droom, een zangeres worden, uit te laten komen. Nederlands ondertiteld.

Dinsdag 27 september 2016 - 14.15 uur LantarenVenster - Rotterdam. 19,50 Euro.

Tegenwind - Lenette van Dongen - Cabaret

Op een verlaten strand loopt een vrouw keihard te zingen, maar niemand die het hoort. Het kan haar niet schelen, want zij zingt niet langer voor een ander!

Vrijdag 30 september 2016 - 20.00 uur Oude Luxor Theater - Rotterdam. 38,00 Euro.

De Koninklijke Rotterdamse Post Harmonie (KRPH) I

Geniet van Rotterdamse parels als "De Rotterdamse Vlag" en "Ik heb je lief". Onder leiding van dirigent Ton van Grevenbroek hoort u verder "Towards a New Life" van Josef Suk.

Zondag 2 oktober 2016 - 14.30 uur LCC Castagnet - Rotterdam. 14,50 Euro

Stemmen uit het Oosten - Nederlands Blazersensemble - Muziek

Als je je vaderland ontvlucht, kun je je verhalen dan inpakken en meenemen?

Vrijdag 7 oktober 2016 - 20.15 uur Rotterdamse Schouwburg - Rotterdam. 37,00 Euro

Nabucco - Staatsopera van Tatarstan - Opera / Operette

Nabucco, de eerste succesvolle opera van Verdi met het beroemde slavenkoor, vertelt het Bijbelse verhaal van de Joodse ballingschap in Babylon. Met orkest, Italiaans gezongen, Ned. boventiteling.

Dinsdag 11 oktober 2016 - 20.00 uur Nieuwe Luxor Theater - Rotterdam. 59,00 Euro.

Glazen Speelgoed - Toneelgroep Amsterdam - Toneel

Deze Amerikaanse klassieker vertelt op poëtische wijze hoe moeilijk het is voor kwetsbare mensen om zich in de samenleving staande te houden.

Donderdag 13 oktober 2016 - 20.15 uur Rotterdamse Schouwburg - Rotterdam. 37,00 Euro.

Verdere informatie: ☎ 035 - 5245156. Vier het Leven, Petra Wooning

ZevenKrant

Colofon

De ZevenKrant is een uitgave van de BOZ
Bewoners Organisatie
Zevenkamp met een oplage van 8.200.

Bezoekadres:

Spinet 19 / Kooikerweg 10
☎ 06 - 51472302

Freelance journalistiek en Lay-out/opmaak

Corstiaan Breedveld
info@zevenkamp.info

Fotografie

Corstiaan Breedveld

Illustratie(s)

Natascha van Wezel

Redactie

Ed de Meyer
Corstiaan Breedveld
Peter de Voogt
Kirsten Wijling

Druk:

Flevodruk Harlingen
Deadline kopij ZevenKrant nummer 5 is op 1 oktober 2016

Bezorging ZevenKrant 5 vanaf 21 oktober 2016.

De redactie van de ZevenKrant stelt zich niet aansprakelijk voor zet- en drukfouten.

Eerste bewoner van Zevenkamp

De familie Koekkoek uit de Wilgenstraat in het Oude Noorden zijn de eerste bewoners van Zevenkamp. Fred Schriek, woonmaatschappelijk werker bij het Gemeentelijk woningbedrijf, biedt hen een benedenwoning aan op Tjonge 68.

We schrijven augustus 1980. Maria Koekkoek komt uit het ziekenhuis na een zware operatie en belandt weer in een uitzichtloze overlast situatie in het Oude Noorden. Het Zevenkamps aanbod van Fred wordt dan ook met beide handen aangenomen. In het begin is er nog geen stoep en geen buitenverlichting. Als je de boodschappen wil doen neem je de fiets naar de Hesseplaats. Je moet dan wel een hele omweg maken via de Wollefoppenweg, want de directe route is gebarricadeerd door een reusachtige berg zand. Naar de stad moet je bus 30 nemen, die rijdt om het uur. Wat een verschil met drie hoog in het Oude Noorden, geen ellenlange trappen meer.

De parkiet in het grasveld

Dokter Wegbrands in zijn houten keet is hun buurman en zij zijn eerste patiënten 'Hij is nog altijd onze huisdokter. Hij zit nu

in het Gezondheidscentrum bij de Aarhof'. Als de patiënten naar de dokter gaan komen ze langs het keukenraam van Maria. 'Ik zwaaide altijd naar ze'. Het duurt wel drie weken eer de volgende huurders arriveren. Rechtover de benedenwoning ligt een groot grasveld wat pas later bebouwd wordt. De kleinzoon van Dolf en Maria Koekkoek speelt er en de parkiet wordt er begraven in een sigarendoos, vergezeld van een stoet kleintjes. De kinderen plaatsen een klein houten kruisje. Fred Schriek komt regelmatig een kopje koffie drinken. 'Schieft je al een beetje op?' 'Ik heb de gordijnen en de beddenovertrek genaaid'.

Een motormuis

De eerste woningen vertonen de nodige bouwklachten. Condens door het enkel glas en de onvoldoende geïsoleerde kruipkelders.. De buitendeur is een binnendeur en wordt later vervangen door een echt exemplaar met brievenbus. Maria werkt met bejaarden in Ommoord en combineert het werk met de boodschappen in Hesseplaats. Dolf werkt bij de grote motorwinkel op de Mariniersweg. Met zijn 50 CC motor struint hij circuits als Hivarenbeek, Barcelona en Dus-

seldorf af als privé renner. Zijn motor heeft hij helemaal zelf opgebouwd. Maria blijft werken voor deze hobby die hen beide zo gelukkig maakt. 'De berging ligt vol bekers'. Maria doet de kinderkledingbeurs in de Scheg en is koffiejuffrouw in het Gezondheidscentrum. Elke zaterdag gaan ze naar de motorcross en drinken na afloop een heerlijke Leffe. Als eerste Zevenkampse huurders op de Tjonge krijgen de Koekkoeks een bloemetje. De eerste koopwoning krijgt officieel een sleutel. Verschil moet er zijn! Op oudere leeftijd verhuizen de Koekkoeks die nu 60 jaar getrouwd zijn naar een flat met prachtig uitzicht op de Tochtenweg en dochter lief met kleinzoon woont op drie minuten afstand. Drie generaties Zevenkampers. Maria denkt nog terug aan het Ambachtsplein van vroeger met de doe het zelf winkel van Seis waar ze spullen kocht voor de creativiteitsclub.

Korfballers van in de wieg

De familie Koekkoek is een echt sportieve familie. Ma Koekkoek zit op korfbal tot ze rugklachten krijgt en ook vier van de kinderen en kleinkinderen. Maar de jonge generatie is professioneel en treedt op in de ere en landelij-

ke divisie. Het oudste kleinkind is coach in Delft en de jongste doet een sportopleiding. Hij geeft les in all round sporten in de spothal bij het Zevenkampse zwembad. De sport wordt hen van in de weg met de paplepel in gegoten. 'Allemaal zijn ze met korfballers getouwd. Dat heb je met die gemengde sporten!' Zijn ze gelukkig in Zevenkamp? 'Het is hier de hemel op aarde. Voor geen prijs zou ik hier weggaan. Ik ken ze allemaal in de winkels bij de sigarenzaak van Melvin en bij de Blokker'. 'Elk mens is anders. Hier komen ze van het Oude Noorden, Crooswijk en Spangen. In twintig jaar heb ik nog nooit ruzie gehad'. Ook op de Tochtenweg hebben ze het naar hun zin. Het Antilliaanse buurmeisje heeft een Marokkaanse vriend Ali. Als Maria de vuilniszak aan de deur zet om hem straks weg te brengen is hij al foetsie. Ali knapt dat wel op! 'Als hij me een poosje niet gezien heeft, vraagt hij of ik ziek geweest ben. Veel Hollanders daarentegen zijn stug en egoïstisch. Ze zijn van 'Gods water over Gods akker laten lopen'. De rijkdom van de familie Koekkoek zijn de kleinkinderen.

Zie ook pagina 5



DUO DEAL
1 enkelvoudige bril +
1 zonnebril op sterkte
vanaf
€123*

OPTO-RING
Maak uit de Intra-actie met enkelvoudige glazen informatie naar de voorwerpen.

Ambulant Pedicure

Voetverzorging bij u thuis

- Nagels knippen • Verwijderen van eelt en likdoorns • Behandelen van schimmelnagels en kloven



Bel voor een afspraak:

06-40162639

www.inekegroenewegen.nl
pedicure@inekegroenewegen.nl

lid brancheorganisatie Provoet



Voor onze vestiging in Rotterdam zijn wij op zoek naar :

Verzorgenden IG (niveau 3)
Verpleegkundigen (niveau 4)
Wijkverpleegkundigen (HBO-V)

Jouw profiel

- In bezit van een diploma MBO niveau 3, MBO niveau 4 of HBO-Verpleegkundige (afhankelijk van de functie).
- In het bezit van aantoonbare relevante werkervaring.
- Enthousiast, flexibel, gemotiveerd en staat open voor veranderingen.
- In bezit van rijbewijs en auto.

Ons aanbod

- Plezierige werkomgeving, flexibele arbeidstijden, dynamische werkomgeving met veel ruimte voor zelfstandigheid.
- Arbeidsvoorwaarden volgens CAO VVT.
- Goede secundaire arbeidsvoorwaarden.
- Ruimte voor cursussen, opleiding en eigen ontwikkeling.

Heb je belangstelling?

Stuur je motivatiebrief met een recente C.V, binnen 14 dagen na verschijning van deze advertentie aan: Thuiszorg INIS, afd. personeelszaken, Hoofdweg 484, 3067GK te Rotterdam of naar: personeel@thuiszorginis.nl

Thuiszorg INIS is een ZvW/Wlz-erkende & HKZ-gecertificeerde instelling met ruim 350 medewerkers in Rotterdam, Nijmegen en Zoetermeer.

Met als motto *Persoonlijk & Vakkundig* bieden wij verpleging, persoonlijke verzorging, begeleiding en hulp bij het huishouden.

Acquisitie n.a.v. deze advertentie wordt niet op prijs gesteld.

Geen gezweef: open dag

Het Centrum voor Intuïtieve Ontwikkeling van Anna van Leeuwen houdt een Open Dag op zaterdag 3 september 2016.

De dag is verdeeld in twee blokken: van 10:00 uur tot 12:00 uur of van 14:00 tot 16:00 uur.

Herstellen

Bezoekers krijgen tijdens deze twee uur een healing (herstellen van het energiesysteem) of een reading (lezen van energie) en driemaal een 20 minuten durende les in intuïtieve ontwikkeling. Er is veel informatie aanwezig over cursussen, workshops en lezingen. Zo kunt u zelf ervaren hoe het voor u is. Aan het eind van elk blok is een extra klanksessie van 15 minuten.

Reeds 3000 mensen gingen u voor.

De Open Dag van Anna van Leeuwen wordt al meer dan 20 jaar gehouden en nu op zaterdag 3 september 2016 in:

Gebouw Open Hof,
Hesseplaats 441,
3069 EA Rotterdam.
Prijs: 2,50 Euro, voor Rotterdam-Pashouders gratis.
Aanmelden en/of vragen:

☎ 010 - 4203924 of e-mail annavl@hetnet.nl of kijk op de site www.annavl.net.

Ruime en gratis parkeergelegenheid.

Kennismaking

Gedurende een twee uur durend programma kunt u kennismaken met energie en hoe intuïtieve ontwikkeling kan werken. En kunt u ook de gehele opleiding en de docenten leren kennen.

Ook kunt U zich op deze dag opgeven voor de nieuwe basis-cursussen en workshops.

U bent van harte welkom op deze bijzondere open dag !!

Hartelijke groeten van Anna van Leeuwen en medewerkers.



Gezellig bridgen in clubverband!

Dan bent u bij onze bridgevereniging De Tochten van harte welkom. Donderdag 29 september 2016 gaat de nieuwe competitie van het volgende bridgeseizoen van start.

Onze bridgeclub heeft nu 43 leden, maar we willen graag groeien naar een grotere vereniging waar voorop staat dat u zich thuis voelt en gezellig kunt bridgen. We onderscheiden ons ten opzichte van andere verenigingen door het hanteren van een zeer voordelige jaarcontributie van 55 euro inclusief het lidmaatschap van de NBB.

Actief

We hebben een zeer actieve evenementencommissie die 5 keer per jaar een bridgedrive organiseert rond de feestdagen en aan het slot van het seizoen een BBQ

bridge. Er zijn altijd leuke prijzen te winnen en voor de winnaars een wisselbokaal. Iedere donderdagavond spelen we van 19:45 uur tot 23:00 uur, ook tijdens de vakantieperiode. We beschikken over modern speelmateriaal waaronder een Bridgemate score registratie systeem

BC De Tochten

De naam van onze Bridgeclub is 'BC De Tochten', omdat onze club gebruik maakt van het verenigingsgebouw 'De Eekhof', bij de volkstuinten DE TOCHTEN in Zevenkamp.

Op de website www.BCDeTochten.nl willen wij u graag verder informeren over onze gezellige maar professionele bridgeclub.

Kom eens langs!

U bent van harte welkom!! Graag willen wij iedereen die geïnteresseerd is uitnodigen met

of zonder partner, om eens een kijkje te komen nemen en een avond vrijblijvend mee te spelen. Ook als u lid bent van een andere bridgeclub en méér wil bridgen (of zich als reserve op wilt geven om af en toe in te vallen) bent u van harte welkom. Verder is er de mogelijkheid, bij voldoende belangstelling, tot het volgen van een beginnerscursus of een opfriscursus.

Interesse?

Bent u geïnteresseerd dan kunt u geheel vrijblijvend contact opnemen met Bep Coenen tel: (06) 537 51 547 of stuur een e-mail naar hcacoenen@hotmail.com of Eddy de Boer, tel. (06) 140 47 637 edencher@gmail.com

Bridge Club 'De Tochten'

Verenigingsgebouw De Eekhof
Cole Porterstraat 2
3069 ZD Rotterdam (Zevenkamp)



Buitenruimte aangepakt

In het Wardburgcollege staat Joost Eedmans, wethouder van buitenruimte en veiligheid, een tweehonderd Zevenkampers te woord. Er is tien miljoen euro uitgetrokken voor de buitenruimte in Oost en dat tot 2020. Hierbij is de vernieuwing van de riolering het uitgangspunt.

Er gaan kilometers aangepakt worden, telkens wordt de hele omgeving meegenomen. Bij veiligheid in de buurt gaat de bewoner een grotere rol spelen. Men is lyrisch over de Watch Up groepen, waarbij bewoners hun eigen omgeving in de gaten houden en elkaar kunnen oproepen. De politie kan niet overal zijn en het werkt beter dan een particulier beveiligingsbedrijf. Met de

Watch Up groepen komt er ook meer contact tussen de bewoners.

Bewoners aan het woord

De zaal komt uitgebreid aan het woord. De meeste sprekers wonen 30 tot 35 jaar in Zevenkamp. De voortuinen liggen er belabberd bij. Op veel parkeerplaatsen kan je door verzakkingen en boomwortels je auto niet meer kwijt. De drainage in het Wollefoppenpark is onder de maat. Kan de herinrichting van het Zuidelijk Wijkpark niet naar voren getrokken worden? De hele zaal is voor ondergrondse containers. Het is mooier dan die bergen kliko's en hygiënischer.

Ambachtsplein

Het Ambachtsplein wordt na de vakantie aangepakt. Komen de

bankjes terug? De Zevenkampse Ring wordt wel erg druk na de bouw van Nesseland. Wanneer gaat de bussluis open? De voorzitter van de Gebiedscommissie daagt de bewoners uit om een zinvolle bestemming te vinden voor het Hion voetbalveld.

De plannen liggen klaar

Eedmans vertelt dat de plannen voor de buitenruimte aangepakt klaar liggen en in oktober worden goedgekeurd. Inbreng kan nog de komende weken op eedmansinzevenkamp@rotterdam.nl. Folders worden uitgedeeld van 'Buurt Bestuurt' waarbij bewoners met politie, Gemeente en Stadsbeheer samenwerken. Ze maken een top drie van zaken die als eerste in de buurt moeten aangepakt worden.

Vrijwilligers-dank

Alle 12 vrijwilligers werden uitgenodigd tot een gezamenlijk dineetje in Kostas de Griek op de Hesseplaats, als dankzegging voor hun geweldige inzet voor de BOZ en de WIP.

Enkele vrijwilligers kenden zelfs elkaar nog niet, dus een ultieme gelegenheid om elkaar eens te leren kennen. De sfeer was perfect en het mooie weer deed

er veel aan toe, terwijl op elkaar gewacht werd op het terras.

Het eten was verrukkelijk en iedereen ging in opperste stemming volgegeten en gedronken opgetogen naar huis. We hopen volgend jaar weer een dergelijke ontmoeting met zoveel vrijwilligers te kunnen organiseren.

Bewonersorganisatie Zevenkamp BOZ.

De Verbinding gesloten

De Verbinding, die pas sinds 2012 bestaat, had in 2016 voor het eerst een groep 8 en de eindtoets-resultaten daarvan waren zeer goed.

De gemiddelde score van de leerlingen is 541: hoger dan het landelijk gemiddelde en zeker in Rotterdam, waar basisscholen al jarenlang het slechtst presteren van het hele land. Ook de resultaten van de leerlingen in alle andere groepen lagen het afgelopen jaar ver boven het landelijk gemiddelde. Er is consequent sprake van minimaal een 'HAVO-trajectlijn' en excellente focus op taal, rekenen en creativiteit. Alle kinderen gaan minimaal naar HAVO waarvan een deel naar VWO.

Tegenwerking

Ook na de verbetering binnen 1 jaar stuitte De Verbinding voort-

durend op tegenwerking van de Wethouder met de steun van de onderwijsinspectie. Wethouder De Jonge (CDA) ging zelfs zover brieven aan ouders van de leerlingen te sturen met het advies een andere school te zoeken. Dit resulteerde er in dat nog maar 26 leerlingen over bleven. Deze bemoeienis noemde hoogleraar bestuurskunde Paul Frissen in NRC-Handelsblad 'ongrondwetelijk'.

Treurig

Het bestuur betreurt dat het unieke Verbindingsonderwijs, dat van een kwalitatief superieur gehalte is, niet kan worden voortgezet, maar hoopt dat haar besluit de burgers, onderwijsinspectie en de politiek in het land wakker zal schudden. Voortdurende discussie is immers noodzakelijk om kinderen het beste onderwijs te kunnen bieden.

Opzomerfeest

Op 21 juni hadden wij een Opzomerfeest voor iedereen uit de wijk, vanuit het Buurtsteunpunt van het Leger des Heils. Er was een terraskeet vanuit Opzomer geleverd waar van alles in zat om er een feest van te maken.

Na de voorbereidingen in de ochtend begonnen we om 12:00 uur met een workshop Bloemschikken waarbij er mooie stukjes werden gemaakt. Er konden wafels versierd worden met slagroom, snoepjes en chocolade pasta, die heerlijk waren bij de koffie en thee. Het weer was



niet zo heel erg best maar met de partytenten was het goed te doen op de dag. Helaas om 17:00 uur toen de BBQ van start zou gaan, was er een wolkbreuk en leek het hele feest in duigen te vallen. Maar ook hier werd een oplossing voor gevonden. Het vlees werd buiten op de BBQ klaargemaakt onder de partytent en binnen waar het droog was werd er gegeten met elkaar. Het

was een heel gezellig samen zijn en rond 19:00 uur was het gelukkig weer droog en konden we de koffie tot besluit weer buiten drinken op het terras. Er kwamen mensen uit de buurt die samen gezellig een praatje maakten en er werden nieuwe contacten gelegd met elkaar. Al met al een hele mooie en gezellige dag die zeker voor herhaling vatbaar is volgend jaar.

Buurtwerk ☎ 010 - 4553799 **Dock** ☎ 010 - 2867218 Email: cjv@buurtwerk.nl - info@dock.nl

www.facebook.com/buurtwerk

www.twitter.com/BuurtwerkNL

Speeltuin op weg naar de toekomst



Speeltuin TakaTukaland gaat een spannende toekomst tegemoet. Over ongeveer anderhalf jaar nemen de vrijwilligers afscheid van Buurtwerk en gaat de speeltuin als zelfstandige vereniging verder.

Vorbereidingen om een succes van de vereniging te maken zijn al in volle gang. Kinderopvang Bij de Hand heeft sinds de grootste opknabbeurt in 2014 BSO meneer Nielson, in de speeltuin een plek gevonden, om zo kinderen in een veilige omgeving te laten spelen.

Ook Orion nam een plek in Begin dit jaar namen de medewerkers van de Bezorgwinkel

van Orion hun intrek in de speeltuin. Vanuit een eigen werkplek bezorgen zij biologische boodschappen aan huis. En straks gaan zij ook hand- en spandiensten verlenen in de speeltuin.

Samenwerking op gang

Toen het weer na een koud en nat voorjaar opknapte, is ook de samenwerking met de vrijwilligers van Wollefopegroen en Co, die in het eetbare park actief zijn, dit jaar goed op gang gekomen.

Met de Huttenbouwweek nog in de benen en Halloween in het verschiet, komen vrijwilligers handen en voeten te kort om verder vorm te geven aan de toekomst van de speeltuin.

Daarom willen ze ook u uitnodigen om de samenwerking aan te gaan. Lijkt het u leuk spelende kinderen een gastvrij ontvangst te bieden? Bent u liever creatief en organiseert u graag activiteiten? Of zet u liever samen lijnen uit voor de toekomst? Speeltuin TakaTukaland heeft nog genoeg plaats voor actieve en enthousiaste Pippi's, Tommy's en Annika's!

Bemensing gevraagd

De speeltuin zoekt mensen die zich willen inzetten als gastvrouw, -heer, bestuurslid of als organisator van activiteiten. Neem eens contact op, dan maken we kennis met elkaar. Speeltuin TakaTukaland, Cole Porterstraat 400, ☎ 010 - 4553799.



Taka-Tukaland heeft ook speciale voorzieningen

Zomerschool



Zomerschool is al jaren een begrip in Zevenkamp. Je ziet het steeds vaker verschijnen in heel Nederland: zomerschool of zomercademie. Het is bedoeld om ervoor te zorgen dat kinderen op niveau blijven om na de zomervakantie de draad weer makkelijk op te kunnen pakken.

De nadruk ligt vooral op taal en rekenen, maar natuurlijk is er ook ruimte voor leuke en andere leerzame activiteiten. De scholen die zijn aangesloten bij de zomerschool in Zevenkamp zijn: de Vliedberg, de Waterlelie en de Buskesschool in samenwerking met Buurtwerk. De locatie waar de zomerschool plaatsvindt is ons eigen Huis van de Wijk: Youngsters.

25 leerlingen

Er hebben 25 leerlingen zich ingeschreven en het programma is erg gevarieerd. Zo bestond de maandag uit het maken van een soort portfolio, waarin de kinderen aangeven wat ze deze week willen leren en evalueren dat elke dag. In de pauze gingen de kinderen lunchen bij Speeltuin Taka Tuka Land en hebben daar even gespeeld. In de middag waren er verschillende workshops; zoals brownies maken, mozaïeken, dans en tasjes pimpen.

Dinsdag

Dinsdag zijn de kids naar Olympic Experience geweest in Scheveningen, waarbij de kids bijna alle olympische spelen konden uitproberen. Zo heeft een van onze leerlingen een record behaald bij het wielrennen!

Woensdag

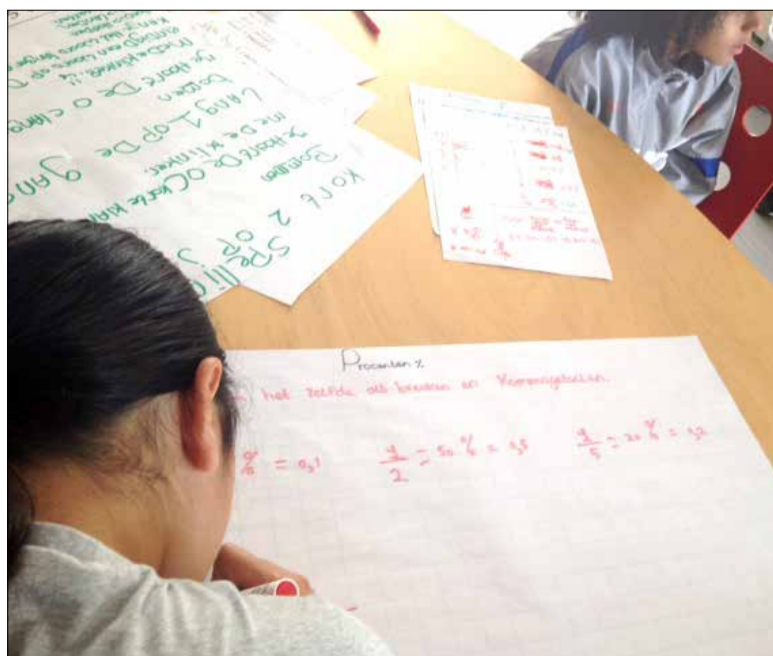
Woensdagochtend bestond uit taal en rekenen en voorlichting over social media. In de middag hebben de kinderen getennist bij TV Ommoord.

Donderdag

Donderdag hadden de kinderen een intensief programma 'Werken als een Paard' bij de manege in Kralingen, waarbij de kinderen naast paardrijden ook leerden hoe een paard te verzorgen.

Vrijdag

Vrijdag stond in teken van eigen-gemaakte presentaties van wat de kinderen de afgelopen week hebben mogen leren. Ook ouders waren daarbij welkom en mochten in de theaterzaal van Youngsters genieten van creatieve presentaties, afgesloten met een einddans. Naast een leerzame week, was het ook een leuke week!





winkelcentrum ZEVENKAMP

vriendelijk & vertrouwd!

Shanty

2 September 2016 zal Shanty Koor Eigenwijs van 14:30 uur -16:30 uur het plein bezingen met het oog op de Wereld Haven Dagen. Dit gaat gepaard met een heerlijke proeverij van vis!



In Oktober houden wij een oktober Feest. Helaas is er nog niet een exacte datum bekend, maar hou de flyers en posters op het plein goed in de gaten.

November staat in het teken van de intocht van onze goed heilig man.....

December wordt weer een heus winterpret festijn. In de volgende Zevenkrant zullen we hier iets meer over uitwijken.

7 minutes of Fame

Tijdens de Vintage fair zijn er t.v. opnames gemaakt! Nieuwsgierig of u voorbij komt?

De uitzending van Life styleexperience zal worden uitgezonden op zondag 11 september om 14.20 uur op RTL 4 en zaterdag 17 september om 15.10 op RTL 5 (dit onder voorbehoud)



Op 10 september zal het Ambachtsplein deelnemen aan het 7Blad Festival. Het Ambachtsplein wordt een leuke gezellige markt, waar u van 11:00 uur tot 17:00 uur ook op het plein leuke spullen kunt kopen. Vergeet ook niet om de rest van de evenementen die dag te bezoeken. Van Ambachtsplein tot aan Wollefoppenweg, kunt u heerlijk genieten en meedoen van en met diverse activiteiten.



Een leven zonder Blokker op het Ambachtsplein

Een leven zonder Blokker op het Ambachtsplein. Wat jammer dat er straks zo'n mooie onderneming zijn deuren moet gaan sluiten. Wij willen alle medewerkers van Blokker Ambachtsplein veel geluk wensen in hun toekomst. Als winkelcentrum zien wij dit als een enorm verlies! Wat voor een winkel zou u er graag voor terug zien op 'ons Ambachtsplein?'

Meld dit bij de Easy Shopping ruimte (naast de metro halte)

BLOKKER

www.bo7kamp.nl

De meest complete en uptodate website van
Bewoners Organisatie Zevenkamp

Zie programma 7Blad-festival

Bent u onze vrijwilliger?

De Bewonersorganisatie Zevenkamp (BOZ) zoekt versterking van het bestuur voor de stichting BOZ.

Vooralsnog zijn we op zoek naar een secretaris.
Heeft u interesse voor deze boeiende vrijwilligersbaan:

☎ 06 - 51472302.

Buitenspeeldag

Op 8 Juni 2016 werd de nationale buitenspeeldag voor kinderen in de wijk Zevenkamp georganiseerd. Zowel kinderen in de wijk als kinderen met een (verstandelijke) beperking van de bso ASVZ kwamen gezellig meedoen. Het organiseren van de buitenspeeldag verliep dit jaar moeizaam.

Ondanks de vele mailtjes en telefoontjes opzoek naar een sponsor hebben we het dit jaar bijna niet kunnen organiseren. Dankzij BOZ hebben we dit onder andere toch kunnen doen! Die willen wij ook daarom in het bijzonder bedanken.

Onder het genot van een muziekje was er een kraampje, een springkussen en een knutseltafel aanwezig om er een

leuke middag van te maken. De middag begon om één uur en er waren veel kinderen uit de wijk aanwezig deze middag. We hebben er een gezellige middag van gemaakt en vele kinderen waren te vinden bij de knutseltafel en het springkussen. Het was erg leuk om te zien dat de kinderen in de wijk weer in contact kwamen met de kinderen die een beperking hebben.

Het was een geslaagde middag!



 Gemeente Rotterdam


Maak Rotterdam zwerfvuilverrij!
Geef je op voor

**Keep It
Clean
Day 010**

16 september 2016

Rotterdam doet mee aan de Keep It Clean Day! Op deze dag ruimen we in Rotterdam, met elkaar, al het zwerfafval in onze stad op. Bewoners, scholen, bedrijven, verenigingen, gemeente en bureaus: iedereen doet mee!

- Geef je op via Rotterdam.nl/keepitclean010 en geef aan:
- waar je zwerfafval gaat opruimen (locatie of straat/straten);
 - met hoeveel personen je meedoet;
 - hoe laat je start;
 - je naam en telefoonnummer.

 Rotterdam.nl/keepitclean010
@rotterdam: #KICD010/ en #zwerfie-010
goedbezirotterdam

Let's do it!
**Keep It
Clean
Day!**

Rotterdamers
houden Rotterdam
Schoon

MyBreath

Uitleenprogramma GroovTube maakt ademhalingstherapie thuis mogelijk

De GroovTube is een uniek hulpmiddel om op een effectieve en speelse manier ademhaling en mondmotoriek te oefenen en zichtbaar te maken op de iPad. De stichting My Breath My Music heeft ervoor gezorgd dat kinderen met een spierziekte een GroovTube in bruikleen kunnen krijgen. Hierdoor kunnen ze, naast hun ademhalingstherapie bij instellingen zoals Rijndam Revalidatie, ook thuis oefenen.

Oefenen wordt leuk

Voor kinderen met een chronische aandoening, zoals de spierziekte Duchenne, is het belangrijk dat zij hun ademhaling en conditie goed onderhouden. Hiervoor moeten zij oefeningen doen die vaak als niet leuk worden ervaren en waarvan het resultaat weinig tastbaar is. De GroovTube is een blaasapparaat die via Bluetooth® Smart is verbonden met een iPad. Speciaal ontwikkelde apps stimuleren kinderen in spelvorm om ademhalingsoefeningen te doen. Het uitleenprogramma via de stichting My Breath My Music maakt het thuisgebruik van de GroovTube mogelijk. Hierdoor kunnen ze dagelijks oefenen, hetgeen vooral bij kinderen met een progressieve aandoening erg belangrijk is.

Nieuwe muziekapp

Onlangs is de zesde app verschenen om

ademhalingsoefeningen te kunnen doen met de GroovTube. Een logopedist kwam met het verzoek om een hulpmiddel te ontwikkelen die het ademritme van kinderen kan bevorderen. Controle over het ademritme is onder andere positief voor de bevordering van de spraak. De kinderen kunnen deze adembeheersing leren in de nieuwste app 'Breath Score'. Ze krijgen eerst een herkenbaar liedje te horen. Vervolgens proberen ze het liedje noot voor noot te reproduceren. Iedere keer als ze blazen, komt de volgende noot. De kinderen leren op die manier ritme te blazen.

Goede resultaten

De GroovTube, ontwikkeld door logopedisten, ademhalingstherapeuten, fysiotherapeuten en ergotherapeuten van Rijndam, wordt in diverse revalidatiecentra en andere instellingen gebruikt ter ondersteuning van ademhalingsoefeningen. Doordat de apps de ademhalingspatronen registreren en analyseren, kunnen therapeuten zien of er vooruitgang wordt geboekt. Maaïke Elderhorst, logopedist geeft aan: 'Ik heb met nog geen ander middel een jong kind zover gekregen dat het de uitademing echt significant langer aanhoudt. Dat alleen al geeft de GroovTube een grote meerwaarde'.



Buurtwerk ☎ 010 - 4553799 **Dock** ☎ 010 - 2867218 Email: cjv@buurtwerk.nl - info@dock.nl

 www.facebook.com/buurtwerk

 **buurtwerk.nl**
inspireert

www.twitter.com/BuurtwerkNL 

Week tegen eenzaamheid 2016

Week tegen Eenzaamheid 2016. Donderdag 22 september t/m zaterdag 1 oktober. Kom erbij!

Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich sterk eenzaam. Iedereen kan op enig moment in zijn leven met eenzaamheid te maken krijgen.

De invloed van eenzaamheid is groot. Zeker als het langdurig aanhoudt, leidt eenzaamheid tot gezondheidsrisico's, minder meedoen in de samenleving en een gevoel dat welzijn of geluk tekortschiet. In de Week tegen Eenzaamheid vragen we aandacht voor dit probleem en zeggen we: kom erbij! Want eenzaamheid aanpakken begint met het leggen van contact.

Kom erbij

In Zevenkamp hebben partijen de handen ineen geslagen! De hele week zijn er Kom erbij-activiteiten om nieuwe sociale contacten op te doen en bestaande contacten te versterken. Van een mobiele boerderij en een soep tour, tot een vrijwilligersworkshop eenzaamheid. Nieuwsgierig geworden? Vanaf 15 september ligt er een programmaboekje klaar bij onder anderen Youngsters, Easy Shopping, Vijf Havens en Gerard Goosenflat.

Coalitie erbij

De Week tegen Eenzaamheid is een initiatief van Coalitie Erbij, hét landelijke samenwerkingsverband tegen eenzaamheid. Organisaties en ondernemende burgers in het hele land maken de Kom erbij-activiteiten mogelijk. Financiële ondersteuning voor dit initiatief komt van Coalitie Erbij Rotterdam. Dit is de zevende Week tegen Eenzaamheid. Samen pakken we eenzaamheid aan! www.samentegeneenzaamheid.nl en coalitieerbijrotterdam.nl



Zumba / Aerobics / Wijkkeuken

DOCK organiseert sport voor alle vrouwen en meiden in Youngsters, aan het Ambachtsplein 141 (metro Halte Ambachtsplein).

Lekker elke maandag ochtend de week goed beginnen! Jaaa!

Kom maandagochtend van 9:30 uur tot 10:30 uur mee doen met de les, samen met andere leuke vrouwen en meiden in Youngsters.

Kosten € 1,00 per les. Neem wel handdoek mee en trek makkelijk zittende kleding aan.

Informatie

Loubna Farissi ☎ 06 - 38759251, lfarissie@dock.nl.

Lies Tredgett ☎ 06 - 41677340, ltredgett@dock.nl.

Maar je kunt ook gewoon op maandagochtend komen en mee doen!



DOCK

DOCK organiseert elke vrijdag de Wijkkeuken waar je lekker en gezellig samen kunt eten met elkaar in Youngsters.

Kom op vrijdag van 12:00 uur tot 13:00 uur mee-eten in Youngsters aan het Ambachtsplein 141 (metro halte Ambachtsplein).

Wil je mee eten? Geef je voor woensdagmiddag 12 uur op bij: Loubna Farissi ☎ 06 - 38759251 of per mail lfarissie@dock.nl. Lies Tredgett ☎ 06 - 41677340, ltredgett@dock.nl.

Samen eten we gezellig aan de grote tafel in Youngsters. De Wijkkeuken kookt elke vrijdag een ander heerlijk gerecht, maakt heerlijke soepen of de lekkerste pannenkoeken, alles is Halal. De kosten zijn tussen de € 1,00 (soep) en € 3,00 (maaltijd). *Tot ziens!*

Vooraankondiging: Aboutaleb opent 35jaar Zevenkamp

In het Recreatiezwembad aan de Zevenkampse Ring opent burgemeester Aboutaleb op donderdag 1 september om 13:30 uur de tentoonstelling Zevenkamp 35 jaar, drie generaties.

De tentoonstelling bestaat uit 60 panelen met historische foto's, krantenknipsels en quote's van geïnterviewde bewoners. De tentoonstelling laat de Zevenkampse geschiedenis zien

zoals deze beleefd werd door de bewoners. Aan de tentoonstelling wordt een entertainment programma gekoppeld met historische powerpoint, dans, lofdicht en zang optredens. Het ini-

tiatief gaat uit van bewoners en is mogelijk gemaakt door de Gebiedscommissie Prins Alexander. Een maand later wordt een boekwerkje ten doop gehouden met een stuk geschiedenis en 60

bewonersinterviews. Met dank en van harte uitgenodigd!

Namens Bewonersorganisatie Zevenkamp, Ed de Meyer



Kom jij ook?

7 Blad Festival

Van Ambachtsplein tot aan de Wollenfoppenweg.



Prins Alexander



Gemeente Rotterdam



BOZ
Bewonersorganisatie Zevenkamp





10 september 2016
10:00 tot 22:45 uur

- **AMBACHTSMARKT** • **BOOTCAMP** •
- APPELFESTIVAL** • **DANS** • **MUZIEK**
- **TUINIEREN** • **VOETBALTOERNOOI** •
- VAREN** • **THEATER** • **MINI VUURWERK**
- **WORKSHOPS** • **ETEN & DRINKEN** •

ALLES GRATIS TOEGANKELIJK!

UITSTAPPEN METROSTATION AMBACHTSLAND



website
www.7Blad.nl



email
7bladfestival@gmail.com



facebook
7Blad